

Les rendez-vous

de la MJC

Janvier - Avril 2017

20



ÉVÈNEMENTS
STAGES
SORTIES



Lézignan-Corbières



Les événements

• Du 19 Décembre au 27 Janvier

EXPOSITION PHOTO

« Vous avez trois minutes ? »

Expo photo sur l'estime de soi, la discrimination et la valorisation des compétences, réalisée par des adhérents d'un Groupe d'Entraide Mutuelle en partenariat avec la MJC de Lézignan-Corbières, le CODES, et l'Atelier Santé Ville de Narbonne.

Horaires d'ouverture de l'accueil, à la MJC, entrée libre

• Vendredi 6 Janvier

• Vendredi 3 Février

• Vendredi 3 Mars

• Vendredi 7 Avril

SOIRÉES JEUX DE SOCIÉTÉ

Une multitude de jeux de société pour tous.

Par la Ludothèque LUDULE, de 18h à 22h à la MJC

Entrée libre et gratuite

• Samedi 7 Janvier

SPECTACLE DES VŒUX DE LA MJC

« TOC TOC »

Par la Compagnie du Miroir. Pièce mise en scène par Michelle THIEBOT.

Le Dr STERN, de renommée mondiale, est un spécialiste des Troubles Obsessionnels Compulsifs ou

« TOC ». Immergez-vous dans sa salle d'attente ...

À 20h45, gratuit adhérents / 5 € non-adhérents

(réservation obligatoire), à la MJC

• Vendredi 27 Janvier

CONFÉRENCE

Proposée en appui à l'exposition « Vous avez trois minutes ? ». Qu'est-ce qu'un GEM,

le pourquoi de la création de cette exposition et les enjeux de la maladie psychique.

Par Gaëlle SALLÉ (Atelier Santé Ville de Narbonne), Naïs SÉGUÉLA (CODES), des adhérents du GEM ayant participé au projet et Hélène THIEFFRY (GEM).

À 18h, à la MJC, entrée libre

• Samedi 11 Février

TAILLEUR POUR DAMES

Théâtre par la Compagnie du Tilleul. Mise en scène par Roger FABRY.

L'une des pièces de FEYDEAU les mieux construites. Tous les fondamentaux du maître du rire sont présents : tourbillon de mensonges, séductions, dissimulations, pirouettes de situation où finissent par se rencontrer ceux qui faisaient tout pour s'éviter.

À 21h, à l'Espace Culturel des Corbières à Ferrals 10 € adhérents / 8 € non-adhérents (réservations à la MJC) ou Pass 2 spectacles (11 € adhérents / 15 € non-adhérents)

• Dimanche 12 Février

LE PETIT PRINCE

Théâtre par la Compagnie du Tilleul. Mise en scène par Roger FABRY.

Ce conte universel d'Antoine DE SAINT-EXUPÉRY sera complété d'un quintette classique à cordes et illustré (en projection) par les aquarelles de l'auteur qui sont au coeur de la fable et en sont « la parabole qui met à jour la fracture entre le monde des enfants et celui des adultes, entre la vérité et le mensonge, entre l'essentiel et le contingent ».

À 17h, à l'Espace Culturel des Corbières à Ferrals 10 € adhérents / 8 € non-adhérents (réservations à la MJC) ou Pass 2 spectacles (11 € adhérents / 15 € non-adhérents)

• Samedi 18 Février

LE PETIT PRINCE

Théâtre par la Compagnie du Tilleul. Mise en scène par Roger FABRY (détails ci-contre).

À 18h ou 21h (se renseigner à l'accueil de la MJC), au Palais des Fêtes de Lézignan, entrées reversées intégralement au Resto du Cœur.

• Samedi 4 Mars

LES AIRS DE RIEN EN CONCERT

La chorale de la MJC monte sur scène pour votre plus grand plaisir.

À 17h30, salle des fêtes de Fontcouverte, entrée gratuite



Cette programmation peut évoluer, n'oubliez pas de vérifier les informations relatives à l'évènement de votre choix quelques jours avant sa date en appelant l'accueil ou en consultant le site internet de la MJC

• Samedi 4 Mars

SPECTACLE DE L'AG DE LA MJC **« CHEZ LES CLÈSCAMOLS »**

Par l'atelier occitan du FRJEP de Fabrezan. Comédie inspirée de la pièce « Mossù Quauqu'un » de François DEVEUZE. Théâtre Occitan.

Ce vaudeville se déroule en 1932 dans un milieu bourgeois où l'argent règne en maître. Madame CLESCAMOLS, avide d'argent, afin d'être maître de tout et avec l'aide d'Ernestine, sa servante, organise les funérailles de son époux alors que celui-ci est encore vivant ...

À 21h, gratuit adhérents / 5 € non-adhérents (réservation obligatoire), à la MJC

• Samedi 11 Mars

CONCERT LES MEUF'IN

Ce quatuor féminin 100% dopé au soleil pyrénéen vous transportera dans un spectacle frais qui mêle humour, chant et chorégraphies décalées dans un esprit cabaret.

À 21h, au Palais des Fêtes de Lézignan, 8 € adhérents / 10 € non-adhérents

• Dimanche 12 Mars

RÉPÉTITION OUVERTE DE CHORISTES

Après deux journées de travail, les 200 choristes de Corbières en Chœur présentent les trois morceaux répétés sous la direction de chefs de chœurs de renommée nationale.

À 16h30, au Palais des Fêtes de Lézignan, entrée libre

• Week-End 15 & 16 Avril

LA VOIX D'OR DES CORBIÈRES

La MJC avec la collaboration de la section chant organise le concours de chant « La Voix d'Or Des Corbières » 2017. Les sélections et la finale se joueront sur un week-end, sélections le samedi soir et finale le dimanche après-midi, avec possibilité d'hébergement à la MJC de Lézignan. L'inscription pour participer au concours en tant que chanteur redevient gratuite.

Sélections le samedi à 20h, finale le dimanche à 14h30, au Palais des Fêtes de Lézignan
Tarif public pour assister à chaque étape :
5 € adhérents / 8 € non-adhérents



Les stages

La MJC de Lézignan-Corbières propose des stages thématiques tous les mois pour découvrir des pratiques inédites ... Ces stages sont encadrés par des professionnels reconnus.

Le paiement doit être effectué à la réservation au secrétariat de la MJC (encaissé après le stage). Pour les non-adhérents, la majoration de 10 € par stage correspond à l'assurance.

• Samedi 21 Janvier de 9h à 12h

ATELIER FLORAL > COLLIER ET BRACELET

Après avoir marié les espèces ou joué avec les textures ainsi qu'avec les formes vous repartirez avec votre magnifique composition.

Ados, adultes et séniors

30 € adhérents / 40 € non-adh.

• Samedi 21 Janvier de 10h à 13h (dessin) et/ou de 14h à 17h (peinture)

INITIATION ET CONSEILS > LE PORTRAIT

Étude des proportions du visage et des différentes expressions. Nous chercherons diverses manières de styliser les visages en dessin et peinture.

Ados, adultes et séniors

La journée >> 35 € adhérents / 45 € non-adh.

La demi-journée >> 25 € adhérents / 35 € non-adh.

• Samedi 21 Janvier de 14h à 16h

• Samedi 18 Février de 14h à 16h

• Samedi 18 Mars de 14h à 16h

SALSA CUBAINE

Salsa cubaine en couple afin de perfectionner les différentes passes et faire connaître à ceux qui ne connaissent pas la danse en couple.

Adultes et séniors

L'après-midi >> 10 € adhérents / 20 € non-adh.

• Samedi 28 Janvier de 16h à 17h

• Samedi 29 Avril de 16h à 17h

DANSE AFRICAINE

Un moment de voyage par la danse.

Enfants de 5 à 11 ans

L'après-midi >> 5 € adhérents / 10 € non-adh.

• Samedi 28 Janvier de 10h à 12h

(percus) et/ou de 13h à 16h (danse)

• Samedi 29 Avril de 10h à 12h

(percus) et/ou de 13h à 16h (danse)

PERCUSSIONS ET/OU DANSE AFRICAINE

Un moment de voyage par la danse. La danse africaine reflète des modes de vie, des langages sociaux. Tout est immédiatement abordable, réalisable quels que soient âge et niveau. Retrouvez un contact direct avec la nature, sa source d'inspiration.

Ados à partir de 12 ans, adultes et séniors

La journée >> 30 € adhérents / 40 € non-adh.

La demi-journée >> 20 € adhérents / 30 € non-adh.

• Lundi 6, mardi 7 & jeudi 9 Février de 10h à 13h

PEINDRE À LA MANIÈRE DE ... EMIL NOLDE

Coloriste, peintre de la matière, de la nature et du voyage, Emil Nolde nous inspirera pour trouver notre propre « style ».

Ados, adultes et séniors

Les 3 journées >> 40 € adhérents / 50 € non-adh.

• Samedi 18 Février de 9h à 12h

BIJOUX EN PÂTE FIMO > HIBOU RIGOLO

Découverte ludique de la Fimo pour jeunes et ados avec création d'une parure collier et boucles d'oreille « Hibou Rigolo ». Vous choisissez votre couleur et vous repartez avec votre création.

Enfants à partir de 10 ans et ados

20 € adhérents / 30 € non-adh.



• **Samedi 25 Février de 9h à 12h**

**ATELIER FLORAL >
TABLEAU DE LA SAINT VALENTIN**

Après avoir marié les espèces ou joué avec les textures, vous repartez avec votre magnifique composition.

Ados, adultes et séniors
30 € adhérents / 40 € non-adh.

• **Samedi 25 Février de 14h à 16h30**

**INFORMATIQUE > COMMUNICATION &
RÉSEAUX SOCIAUX**

Panorama des médias sociaux, règles à respecter, configuration d'une page, droit à l'image, communiquer (exercices sur Facebook).

Adultes et séniors
8 € adhérents / 18 € non-adh.

• **Samedi 4 Mars de 10h à 12h**

DESSIN / PEINTURE > MODÈLE VIVANT

Étude du corps et ses proportions (raccourcis ...) par des poses longues et études de différentes attitudes par des poses rapides.

Ados, adultes et séniors
20 € adhérents / 30 € non-adh.

• **Samedi 11 et Dimanche 12 Mars**

CORBIÈRES EN CHOEUR

Stage de chant choral animé par des chefs de chœur de renommée nationale.

Détails sur le site de la MJC et à l'accueil

• **Samedi 18 Mars de 9h à 12h**

**ATELIER FLORAL >
COMPOSITION EXOTIQUE**

Après avoir marié les espèces ou joué avec les textures, vous repartez avec votre magnifique composition.

Ados, adultes et séniors
30 € adhérents / 40 € non-adh.

• **Samedi 25 Mars de 14h à 16h30**

**INFORMATIQUE > STOCKAGE PARTAGE
D'INFORMATIONS (CLOUD & GOOGLE DRIVE)**

Caractéristiques du Cloud, choix de fournisseur & ouverture de compte, accès propriétaire ou invité (partage), utilisation (exercices avec Google drive).

Adultes et séniors
8 € adhérents / 18 € non-adh.

• **Lundi 3, mardi 4 & jeudi 6 Avril de
10h à 13h**

**PEINDRE À LA MANIÈRE DE ...
L'ABSTRACTION**

De MATISSE à William WRAY, nous verrons différentes phases de l'interprétation de la réalité ainsi que différents « styles ».

Ados, adultes et séniors
Les 3 journées >> 40 € adhérents / 50 € non-adh.

• **Samedi 8 Avril de 9h à 12h**

BIJOUX EN PÂTE FIMO > MON 1^{ER} BIJOU

Entrez dans l'univers du fait main ! Découverte de la Fimo, structure avec création de bijoux. Vous repartirez avec votre parure collier, boucles d'oreilles et bracelet.

Ados à partir de 12 ans, adultes et séniors
20 € adhérents / 30 € non-adh.

• **Samedi 22 Avril de 9h à 12h**

**ATELIER FLORAL >
COMPOSITION PLANTES MUGUET**

Vous repartez avec votre composition.

Ados, adultes et séniors
30 € adhérents / 40 € non-adh.

• **Samedi 29 Avril de 14h à 16h30**

**INFORMATIQUE > LOGICIELS LIBRES
ET GRATUITS**

Principes du Libre et Gratuit, recherche et compréhension du contenu, installation et utilisation (exercices avec Libre Office).

Adultes et séniors
8 € adhérents / 18 € non-adh.

Les sorties

RANDO MONTAGNE

- **Dimanche 15 Janvier**
TOUR DU FORT BEAR (PORT VENDRES)

Départ 8h.

Dénivelé-500m / temps de marche-5h30 (12km)

- **Dimanche 29 Janvier**
MARMARE & SCARAMUS

Départ 7h. Col de Maramare et Roc de Scaramus en raquettes.

Dénivelé-450m / temps de marche-5h30

- **Dimanche 12 Février**
COL DE PALOUMERE

Départ 7h.

Dénivelé-770m / temps de marche-6h (18km)

- **Dimanche 26 Février**
COL DE PORTEILLES À PANISSARS

Départ 8h.

Dénivelé-490m / temps de marche-5h (16km)

- **Week-end 11 & 12 Mars**
VERS LE PUIGMAL

Départ 8h le samedi. Gîte le Presbytère, auberge espagnole. Raquettes.

Dimanche : dénivelé-870m / temps de marche-6h (12km) / Inscription avant le 11/02

- **Dimanche 26 Mars**
GORGES DE LA FRAU

Départ 7h. Sportif.

Dénivelé-920m / temps de marche-6h (16km)

- **Dimanche 9 Avril**
LE DEVOIS (MONTAGNE NOIRE)

Départ 7h30.

Dénivelé-700m / temps de marche-6h (12,5km)

- **Dimanche 23 Avril**
OPIDDUM DE BERNIQUAUT

Départ 9h. Sorèze.

Dénivelé-620m / temps de marche-4h

- **Dimanche 7 Mai**
SAINT AMANS DE SOULT (TARN)

Départ 8h. Sentier des Verriers.

Dénivelé-640m / temps de marche-5h30 (18km)



DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE

- **Dimanche 15 Janvier**
ARLES

- **Dimanche 5 Mars**
TOULOUSE

Cité de l'Espace.

- **Week-End 25&26 Mars**
GARD

Uzès, Pont du Gard. Théâtre antique et musée d'Orange, puis Caverne du Pont d'Arc (fac similé de la Grotte Chauvet).

- **Samedi 22 Avril**
CATALOGNE ESPAGNOLE
Ampurias et San Père de Rode.

SKI-CLUB

FORMIGUÈRES

- **Dimanche 15 Janvier**
- **Dimanche 12 Février**
- **Dimanche 12 Mars**

LES ANGLÉS

- **Dimanche 29 Janvier**
- **Dimanche 26 Février**



Retrouvez tous les renseignements sur la MJC, les infos, les animations, l'histoire, le fonctionnement, etc... sur

www.mjc-lezignan-corbieres.com



**Maison des Jeunes et de la Culture
 Centre International de Séjour**

25, rue Marat - B.P. 26
 11200 Lézignan-Corbères

Tél. 04 68 27 03 34

Fax : 04 68 27 85 01

Mail : mjc.lezignan.corbieres@wanadoo.fr



Fondée en 1946, affiliée à la Fédération Régionale des MJC du Languedoc-Roussillon et à la Confédération des MJC de France. Agréée par le Ministère des Sports, de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et de la Vie Associative.

